

调味油公司 湖州调味油 无锡星源食品

产品名称	调味油公司 湖州调味油 无锡星源食品
公司名称	无锡市星源食品厂
价格	面议
规格参数	
公司地址	无锡市滨湖区华庄街道华联东路2号
联系电话	13806182910

产品详情

错误一:一次采购过多蔬菜.

纽约博士说:“从采摘的那一刻起,水果和蔬菜中的维生素和矿物质就开始减少了.”也就是说,你采购回来的蔬菜存储时间越久,它们所含的营养就越少.研究发现,在冰箱保存大约一周后,调味油贴牌代加工,菠菜中有一半的叶酸和40%的叶黄素会自然流失.格里博士建议每次采购食物不要过多,一周买三次最为合适.

错误二:把食物贮藏在透明容器中.

如果你现在喝的牛奶还是透明塑料袋装奶,建议你考虑换成硬纸盒包装的牛奶.比利时研究人员指出,牛奶富含的核黄素暴露在日光下易发生损失.美国食品科学家为此建议,尽量避免将牛奶和谷物放在透明容器里,可以保留营养.

肉桂 Cinnamon

在中国又名玉桂,它是樟科植物肉桂的干燥树皮,调味油公司,芬芳、微甜、微辣.星巴克调料台上你看到的棕色粉末,就是肉桂磨成的粉,是西方、南亚非常常见、常用的香料.

正因为常见我们容易忽视它非凡的功效.虽然只是小小粉末,却潜移默化地帮助着我们的身体健康.

西医角度:

一茶勺肉桂粉 (~7g) 含有: 19卡路里, 无脂肪、无糖类、无蛋白质, 4g膳食纤维, 68%镁、8%钙、4%铁、3%维生素K (%代表每日所需量)

富含抗氧化物：名列几乎所有香料前三名！它所含的抗氧化物比如多元酚和类黄酮都是质量很高的抗氧化物，存在于许多“超级食物”中，比如莓果、黑巧克力。

（肉桂排列第三，高于姜黄、巴西莓、可可粉、巧克力等）

“舌尖上的中国”是对中华美食的一个缩影。中国人的餐桌可谓是色彩纷呈、独具一格。这不仅有食物本身的色彩，也有调味料的色彩。所说的“麻辣鲜香”“浓油赤酱”，一听到这些词就仿佛有口水要流出来。

厨房里最常用的调味料是油、盐、酱、醋，现在与国际接轨什么“芝士”“咖喱”“黄油”也都被引入了咱们国人的餐桌。

调味料除了调味还有诸多学问，这“能量”就是其中的一部分。

我们今天一起来探探秘：

油：各种油主要成分就是“脂肪”，每10克的油可以提供人体1份能量，包括我们国人喜欢用的食用油，也包括老外喜欢的“黄油”。

您拌个凉菜什么的，这加入的“芝麻油”可别忘了也是油啊、能量不容小觑！

盐：这食用盐就是氯化钠，学过化学的人都知道、这没能量。

可带来咸味的咱除了用盐以外人们最喜欢用的是“酱油”了，尤其喜欢浓的，调味油生产厂家，“老抽”，那做个小排骨什么的，上个色甬提多诱人了。

先别急、咱拿起“老抽”瓶子瞧一瞧：食物标签显示每15毫升能量为98千焦（ $98 \div 4.18 = 23.4$ 千卡）15毫升的酱油有多少？15毫升要比一茶勺稍稍的多那么一点。

不同的酱油也不一样，看看这款普通酱油每15毫升能量为56千焦（ $56 \div 4.18 = 13.4$ 千卡）比老抽的能量少。

这是常用的“镇江香醋”每15毫升能量为14千焦（ $14 \div 4.18 = 3.35$ 千卡）、能量少。

厨房里还有什么调味料？一个大家都爱的“老干妈”。

这款“风味豆豉油制辣椒”每100克提供能量2845千焦（681千卡），整瓶辣椒酱的重量为250克，那么可以提供人体能量就是1701千卡，湖州调味油，如果这些油辣椒1个月（30天）吃完，每日提供能量57千卡左右。

通过这一节大家了解了调味料的能量在日常饮食中也要把这部分能量贡献考虑在每日饮食计划中。

适当使用调味料可以增加食欲保证摄入足够的食物种类。清淡的饮食更加适合糖友的身体健康。通过我们的讲解，学会看调味品的营养成分表，合理选择调味料，在适应家乡口味的同时又保证低盐低脂饮食，也不难、您说呢？

调味油公司-湖州调味油-无锡星源食品(查看)由无锡市星源食品厂提供。调味油公司-湖州调味油-无锡星源食品(查看)是无锡市星源食品厂（www.wxsyspc.com）今年全新升级推出的，以上图片仅供参考，请您

拨打本页面或图片上的联系电话，索取联系人：徐总。